

## Précautions d'emploi des huiles essentielles A lire avant toute utilisation

- **Employez les huiles essentielles avec précaution et modération.** Ces extraits végétaux sont les plus puissants du règne végétal. Il est nécessaire de prendre connaissance des précautions d'usage pour les utiliser à bon escient.

- Les huiles essentielles **ne doivent pas être appliquées sur les muqueuses, sur les yeux ou le contour des yeux.** En cas de projection accidentelle au niveau des yeux, rincer abondamment l'œil sous un jet faible d'eau courante puis passer un coton d'huile végétale pour adoucir.

- **En cas d'hypersensibilité ou de terrain allergique,** faites un test cutané avant utilisation. Pour effectuer ce test, placer 1 à 2 gouttes de l'huile essentielle sélectionnée ou de votre préparation, dans le pli du coude, patienter 10 minutes. Si vous observez une réaction (rougeur, irritation, picotement,...), n'utilisez pas l'huile.

- **Certaines huiles,** contenant des fur coumarines, **sont photo-sensibilisantes** (orange, bergamote, citron, pamplemousse ...). Elles augmentent le risque de coups de soleil, de brûlures et l'apparition de taches brunes. **Après application de ces huiles, ne pas s'exposer au soleil.**

- D'une manière générale, **l'usage d'huiles essentielles pour les femmes enceintes ou allaitantes, les personnes épileptiques ou ayant de graves problèmes de santé est déconseillé.**  
Sauf avis médical, n'utilisez pas non plus d'huiles essentielles **chez les bébés et les enfants de moins de 3 ans.**

- Gardez toujours les huiles essentielles **hors de portée des enfants.**

- **Les injections d'huiles essentielles** sont rigoureusement interdites.

-L'utilisation des huiles essentielles **en voie interne requiert l'avis d'un professionnel.** En cas d'ingestion accidentelle, avalez plusieurs cuillerées d'huile végétale afin de diluer l'huile essentielle, contactez un centre antipoison et consultez un médecin.

- En cas de doutes ou d'interrogations, n'hésitez pas à demander conseil à votre médecin.

### Avertissement

Les informations sur les huiles essentielles disponibles sur notre site internet sont mises à votre disposition à titre informatif.

Elles représentent la synthèse du bon usage des huiles, repris dans les différents ouvrages, concernant l'aromathérapie. Elles ne sauraient, en aucun cas, constituer une information médicale, ni même engager notre responsabilité.